

## *Guadagnare Salute con la LILT 2025*

### Razionale

La Sede Centrale della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, Ente Pubblico che ha nel suo regolamento statutario la priorità della Promozione della Salute e della Prevenzione Oncologica legata alla adozione di stili di vita salutari e adesione agli screening, dal 2019 ha adottato il **Programma Nazionale** rivolto alle Scuole che Promuovono Salute **“Guadagnare Salute con la LILT”**.

Il Programma si riconduce e rimanda ai principi della rete *“Schools for Health in Europe – SHE”*, come network di riferimento e alla attuazione del Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025, che, nel Programma Predefinito 1, definisce Scuole che Promuovono Salute quale obiettivo comune fra Ministero della Salute e Ministero della Istruzione e del Merito.

Nel programma si ribadisce l'importanza di rinforzare la Scuola come Ambiente (luogo di vita e di lavoro) che promuove Salute e favorisce il contrasto alle diseguaglianze sociali.

Molti Piani Regionali della Prevenzione hanno inserito Guadagnare Salute con la LILT come **pratica raccomandata nell'ambito del Programma predefinito 1 “Scuole che Promuovono Salute”**.

Guadagnare Salute con la LILT è articolato in un curriculum verticale dalle Scuole dell'infanzia, alle Scuole secondarie di Secondo grado, aperto in continuità, orientamento e formazione ai Corsi di laurea Universitari (paragrafo 3).

Dal 2019 ogni annualità prevede una progettualità declinata su Obiettivi specifici.

La **proposta progettuale del 2025** si colloca all'interno dei programmi scolastici inseriti nel curriculum di **Educazione Civica** e al conseguimento delle **Competenze Trasversali di Orientamento**, con una attestazione specifica rispetto ai compiti della Prevenzione.

Come prerequisito per l'adesione al Progetto, le Associazioni LILT aderenti alla **Rete Nazionale LILT Guadagnare Salute 2025**, devono preventivamente informare AUSL e Uffici Scolastici Provinciali di loro riferimento di azioni attuative territoriali del Progetto in linea con il Programma 1 del Piano Nazionale della Prevenzione.

Nella programmazione in corso per il 2024, aderiscono 41 Associazioni LILT, 185 istituti scolastici, di cui 93, hanno costituito la prima Rete Nazionale, (allegato e Check List Scuole che Promuovono Salute).

Nel 2025 si prevede il coinvolgimento diretto di:

- 50 Associazioni LILT,
- 400 Istituti scolastici,
- **400.000 studenti**
- **800.000 genitori e docenti**

Il **coinvolgimento diretto** di 120.000 destinatari diretti e il coinvolgimento indiretto di altrettanti stakeholders si situa come valore aggiunto della proposta progettuale 2025

La proposta progettuale, elaborata in sintonia con il ruolo istituzionale della LILT, il confronto con i dati derivati dai dispositivi di Sorveglianza coordinati dal Ministero della Salute e dalle indicazioni integrate del Piano della Prevenzione, relative alla integrazione fra Programma 1 *“Scuole che Promuovono Salute”*,

Programma 3, “Luoghi di lavoro che promuovono salute”, Programma 4 “contrasto alle Dipendenze patologiche” approfondisce i seguenti temi, che saranno oggetto dettagliato del Paragrafo 3.

- **Alimentazione**
- **Movimento**
- **Tabagismo**

I temi sono trattati nell’ambito del curriculum scolastico ordinario dai docenti supportati da operatori LILT e dalla piattaforma didattica [www.guadagnaresaluteconlalilt.it](http://www.guadagnaresaluteconlalilt.it).

L’educazione ad una vita salutare che favorisca benessere psicofisico, contrasto al tabagismo e ai nuovi consumi di tabacco, attenzione al comportamento alimentare, promozione dell’attività fisica e campagne rivolte ai fattori di rischio evitabili per l’insorgenza della malattia tumorale rappresentano un impegno prioritario della LILT, per il 2025 integrata dal ruolo della Consulta giovanile di Guadagnare Salute con la LILT, coordinata da un gruppo di studenti rappresentati vidi Associazioni LILT del Sud, Centro e Nord Italia.

## Paragrafo 1: Metodo

- Approccio motivazionale al cambiamento intenzionale di comportamenti non salutari in applicazione del TTM (Modello descrittivo dei meccanismi che regolano il cambiamento intenzionale di comportamenti a rischio) con la supervisione del Prof. Carlo DiClemente, ricercatore di fama internazionale, ideatore del modello e collaboratore della LILT.
- Uso di metodologie attive che superino e integrino lezioni frontali e conferenze, favorendo la partecipazione consapevole dei giovani e dei loro educatori.

Gli operatori delle Associazioni territoriali sono coinvolti in una formazione continua sulle azioni previste dal progetto e si propongono come punti di riferimento degli Istituti scolastici partecipanti, garantendo gratuitamente:

- formazione dei docenti nelle attività in classe,
- attività laboratoriali finalizzate al potenziamento di conoscenze e competenze da parte degli allievi,
- azioni rivolte alle famiglie nelle scuole primarie
- Azioni di peer education nelle scuole secondarie di secondo grado, in continuità con azioni rivolte alle scuole secondarie di primo grado e in continuità fra scuole di primo grado e scuole primarie.
- Azioni di supporto progettuale, organizzativo e operativo e la consolidata esperienza didattica e formativa dei propri operatori.

La proposta progettuale 2025 include l’opportunità di partecipazione alle azioni istituzionali della LILT connesse a:

- Settimana della Prevenzione (ultima settimana di marzo 2025)
- Giornata Mondiale Senza Tabacco (31 maggio 2025)
- Campagna di Ottobre Nastro Rosa dedicata alla Prevenzione dei Tumori femminili

Nei mesi di aprile e settembre 2025 saranno realizzati incontri, seminari e manifestazioni con iniziative specifiche promosse dall’Ente:

- Concorsi e assegnazioni Premi rivolti a studenti e docenti;
- possibilità di tirocini professionalizzanti nelle Associazioni LILT aderenti ;

- gruppi di disassuefazione al fumo per studenti promossi da Rete di Istituti scolastici aderenti;
- gruppi per la promozione del Benessere psico fisico dei docenti “Obiettivi di Salute”;
- Giornate promosse dalla Consulta Giovanile studentesca “ Guadagnare Salute con la LILT

## Paragrafo 2: Descrizione del progetto Guadagnare Salute con la LILT 2025

Azioni generali e trasversali:

- Potenziamento delle **attività di formazione a distanza** rivolte a docenti e operatori: la piattaforma Guadagnare salute con la LILT i cui corsi si avvalgono del sistema di accreditamento S.O.F.I.A.
- Miglioramento dell’interattività della piattaforma didattica [www.guadagnaresaluteconlalilt.it](http://www.guadagnaresaluteconlalilt.it) con nuovi spazi di dialogo, approfondimenti tematici, interviste, video, etc.
- Il coinvolgimento degli **Istituti Alberghieri** con il programma “Cibo: gusto e salute”, viene sostenuto da **Re.Na.Ia**, su tutto il territorio nazionale con l’obiettivo di diffondere nella cultura di questi Istituti la necessità di coniugare la preparazione di cibi di qualità con attenzione a sapori, stagionalità e salute. Obiettivo comune è creare un **corso professionalizzante**, certificato dalla LILT, sui temi della **Prevenzione Oncologica in relazione alla alimentazione corretta**.
- Consolidamento della relazione con **ENPAB e con CONI** sul tutto il territorio nazionale.
- Definizione dei ruoli e delle attività della **Consulta giovanile studentesca Guadagnare Salute** con la LILT.
- Potenziamento della azioni volte all’approfondimento delle relazione fra salute e ambiente in tutte le sue implicazioni: aspetto paesaggistico, ambiente costruito, inquinamento ambientale e lotta allo spreco: **LILT attiva per One Health**.
- Gruppi di disassuefazione al fumo per i giovani.
- Contrasto a Tabagismo e nuove dipendenze da Nicotina per genitori e docenti: **moduli di formazione online di 3 ore** con materiali e commenti dedicati agli adolescenti che assumono nicotina, anche senza sigarette tradizionali.

## Paragrafo 3: Interventi scolastici tematici

Si è scelto di declinare la proposta progettuale del 2025 con un approfondimento tematico rispetto a:

- **Alimentazione**
- **Movimento**
- **Tabagismo**

La scelta è frutto di una riflessione su quanto gli anni post pandemici abbiano influenzato i comportamenti dei giovani, in particolare rispetto alla adozione di abitudini alimentari salutari, abbandono dello sport e aumento della sedentarietà, incremento dell’abitudine al fumo e dei nuovi stili di consumo digitale (dati confermati dai sistemi di sorveglianza HBSC, GYTS, Okkio alla Salute).

La formazione esperienziali di percorsi su abitudini alimentari salutari, legate al contrasto della sedentarietà e avvio alla pratica sportiva, costituiscono il primo pilastro del Progetto.

L’altro è relativo alla necessità di rinnovare e rinvigorire l’impegno al contrasto dell’abitudine al fumo e alle nuove forme di esposizione al fumo digitale da parte dei giovani

## Valore e significati del comportamento alimentare e della pratica del movimento nei diversi ordini scolastici:

L'approfondimento del tema è sviluppato nel curriculum longitudinale dalle Scuole dell'infanzia alle Scuole Secondarie di Secondo grado:

### Scuole dell'Infanzia e Scuole Primarie: Infanzia Cibo, Movimento e Salute

Da un punto di vista concettuale e razionale esistono prove consolidate che l'apprendimento di comportamenti salutari è più efficace se si acquisisce e si stabilizza nei primi anni di vita. Di seguito le linee generali del programma:

- Intervento per bambini e famiglie sulla promozione di abitudini alimentari salutari (target 5-11 anni) con percorsi scolastici suddivisi in aree di approfondimento tecnico, disciplinare ed espressivo-creativo;
- *In questo ambito la partecipazione attiva delle famiglie è promossa con laboratori didattici esperienziali su alimentazione e attività fisica che "insegnino a sperimentare, giocando insieme"; per bambini e famiglie saranno realizzati Laboratori didattici di educazione al gusto in collaborazione con gli Istituti Alberghieri della Associazione Re.Na.la e iniziative di promozione del movimento in collaborazione con il CONI. Il coinvolgimento delle famiglie è sostenuto dalla collaborazione con i Pediatri di Libera Scelta (Progetto Nati per Leggere), con percorsi di educazione alla lettura sui significati simbolici del cibo. Ogni Associazione LILT partecipante al Progetto organizza nel proprio territorio almeno un percorso laboratoriale di ambito.*

I percorsi didattici sono sviluppati attraverso 3 aree: linguistico/espressiva, esperienziale, tecnico scientifica. Di seguito alcuni esempi di percorsi laboratoriali per area:

#### Area linguistico/espressiva: i vissuti della salute(*si descrivono alcuni esempi delle azioni previste*)

- Barometro delle emozioni sul benessere psicofisico
- Declinazioni specifiche: il cibo nelle fiabe e il cibo nel linguaggio comune; parole e metafore legate al cibo; diario di una passeggiata e raccolta delle parole più significative per la classe nella descrizione dell'esperienza.
- Cibo e emozioni, illustrazione del piatto preferito; promozione del movimento con esercizi legati ai movimenti innati (i movimenti che compaiono naturalmente nel bambino che non presenta disturbi evolutivi).
- Visualizzazione del corpo umano e rappresentazione simbolica degli organi coinvolti nei processi digestivi, respiratori, motori e emozionali.

#### Area tecnico/scientifica:

- **chi sono io:** laboratori esperienziali sulla acquisizione del concetto di corporeità generale, declinato, con esempi su rilassamento, alimentazione, rapporto con l'ambiente, conoscenza del corpo
  - 1) **Esempio rilassamento:** quali sono le situazioni in cui sto bene a casa, a scuola, all'aperto, altro: raccolta dei risultati: esercizi di respirazione, pause attive, attività di fantasia guidata.
  - 2) **Esempio alimentazione:** simulazioni e esperimenti che forniscano l'acquisizione delle informazioni di base sul comportamento alimentare: cibi da consumare sempre, spesso, raramente; realizzazione di percorsi che promuovano il movimento salutare con la presenza dei famigliari, laboratori di cucina didattica salutare in collaborazione con gli Istituti

Alberghieri.

- 3) **Esempio della relazione fra ambiente e paesaggio:** riflessione sull'ambiente esplorato: sviluppo sostenibile, elementi naturali: acqua terra aria fuoco, effetti dell'inquinamento e ruolo del paesaggio nel benessere individuale. Esplorazione dell'ambiente con le passeggiate della salute e la pratica di giochi didattici all'aria aperta
- 4) **Esempio conoscenza del corpo:** attivazioni su lo allo specchio; Funzione degli organi legati a digestione, respirazione, movimento giochi didattici sulla conoscenza di sé..

## Scuole Secondarie di Primo Grado: Benessere e salute

### CLASSI PRIME: Benessere psicofisico e stili di vita

Il percorso curriculare è corredato ai materiali didattici raccolti in Guadagnare Salute con la LILT ([www.guadagnaresaluteconlalilt.it](http://www.guadagnaresaluteconlalilt.it));

### Parte curriculare secondo quadrimestre: Stili di vita: Alimentazione e movimento

- Come scegliere i cibi: cibi e stagioni, cibi e territori
- La dieta mediterranea
- Organizzazione dei pasti quotidiani: raccolta delle ricette delle tradizioni famigliari
- Cibo e movimento
- I giochi non competitivi

## Scuole secondarie di secondo Grado: Cibo: Gusto e Salute

**Cibo: Gusto e Salute** prevede un ruolo specifico degli Istituti Alberghieri, che organizzano laboratori didattici al loro interno e rivolti ad altre Scuole di ogni ordine e grado.

Il programma "Cibo: gusto e salute", si rivolge principalmente agli Istituti alberghieri e agli Istituti agrari, ma può essere esteso ad altre tipologie di Istituti scolastici. Affronta la relazione fra comportamento alimentare, contrasto alla sedentarietà e consumo problematico dell'alcol nei giovani, da tre punti di vista: analisi delle abitudini, attenzione alla scelta e preparazione del cibo e delle bevande, inizio di un percorso culturale di cambiamento degli operatori del settore. Promuove la scelta di prodotti secondo criteri di semplicità, freschezza, stagionalità ed è inserito in una logica di sostenibilità ambientale e impronta ecologica.

## Prevenzione dell'abitudine al fumo e contrasto al Tabagismo:

Il tema è trattato con le stesse modalità nel curriculum scolastico verticale:

- scuole primarie: seconde classi e quinte classi
- scuole secondarie di primo grado: seconde classi
- scuole secondarie di secondo grado: prime o seconde classi e educazione fra pari per le terze classi

## Paragrafo 4: Materiali didattici a sostegno del Progetto Guadagnare Salute con la LILT 2025

1. Piattaforma didattica [www.guadagnaresaluteconlilit](http://www.guadagnaresaluteconlilit): la piattaforma, rivolta a docenti e operatori della LILT raccoglie i materiali didattici a supporto dei percorsi nei diversi ordini scolastici.
2. Corso Fad per Competenze trasversali professionalizzati su Alimentazione e Prevenzione Oncologica per Docenti e Studenti del quinto anno degli Istituti Alberghieri
3. Corso Fad accreditato ECM su Prevenzione Oncologica per professioni sanitarie
4. Guida per gli operatori LILT che si occupano della realizzazione degli interventi scolastici nelle Scuole aderenti al Progetto.
5. Raccolta dei prodotti elaborati dalle diverse scuole aderenti e organizzazione Biblioteca digitale multimediale dei prodotti
6. Manuale per le famiglie su Benessere e comportamenti salutari in famiglia.
7. Supplemento didattico per la disciplina Scienza dell'alimentazione per gli Istituti Alberghieri

## GRIGLIA Guida per Associazioni LILT per riconoscimento Rete Istituti scolastici che Promuovono Salute con Guadagnare Salute con la LILT

Indicazioni generali per le Associazioni LILT aderenti a Guadagnare Salute con la LILT

- 1) Il Progetto deve essere presentato all'Ufficio Scolastico Provinciale di competenza e al Referente territoriale dell'AUSL di Riferimento del Programma Predefinito 1 del Piano Nazionale della Prevenzione
- 2) Ove è possibile è da ricercarsi una collaborazione stretta con gli operatori AUSL che si occupano delle stesse tematiche per favorire sinergie e il raggiungimento di obiettivi comuni
- 3) Ove è possibile inserire o chiedere di inserire Guadagnare Salute con la LILT fra le Pratiche Raccomandate nel Programma Predefinito 1 "Scuole che Promuovono Salute" del PNP
- 4) Negli Istituti scolastici aderenti, promuovere azioni specifiche di cambiamento del contesto in senso salutare e dare visibilità alle attività LILT anche con l'affissione di locandine e la distribuzione di opuscoli su alcol, fumo e altri prodotti del tabacco o con nicotina, attività fisica, alimentazione e prevenzione oncologica

Criteria		Si	No	Note
Documenti formali	Guadagnare Salute con la LILT è presente nel Piano dell'Offerta Formativa?			<i>Allegare citazioni</i>
Curriculum trasversale	Il programma è stato affrontato dai docenti in modo curriculare?			<i>(Se si precisare le discipline coinvolte)</i>
Gruppo di lavoro interno	È stato istituito un gruppo di lavoro rappresentativo e trasversale che collabora con la LILT?			<i>(Se si indicare la composizione)</i>
Iniziative di Rete	L'AUSL di riferimento ha ricevuto informazioni sul Programma?			<i>Se si indicare come e da chi</i>
Cittadinanza attiva	È previsto un coinvolgimento attivo degli allievi e/o delle famiglie nelle attività di Progetto?			<i>Se si indicare con che modalità</i>
Peer education	Solo per gli Istituti secondari di II grado: è prevista l'attivazione dei Peer educators?			<i>(Se si indicare per quali funzioni)</i>
Visibilità	Sono affisse locandine LILT nell'Istituto?			<i>Descrivere come è presente la LILT nell'istituto</i>
Contrasto al Tabagismo	L'Istituto può considerarsi una scuola libera dal fumo? E dall'uso di sigarette elettroniche e prodotti del tabacco riscaldato?			<i>Descrivere i criteri adottati</i>
Attenzione agli stili di vita salutari	Sono in atto o in corso di realizzazione iniziative di sensibilizzazione rispetto a alimentazione salutare e promozione della attività fisica?			<i>Descrivere brevemente i percorsi</i>

Come criterio generale, si suggerisce di assegnare la targa e di inserire la scuola in Rete quando sono presenti almeno 6 criteri sul 9.